四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

遵生八牋卷十七

詳校官中書臣潘有為

員外郎臣牛稔文覆勘

總校官檢討臣何思鈞

校對官典簿臣郭祚熾

謄録監生臣劉紳

遵生八牋卷十七

明 高濂 撰

靈秘丹藥牋上

高子曰食藥者可以長年仙經論之矣故羲皇嚐藥制醫治人百疾自華扁諸家復遺方書以利天下後世好生之德何無量哉今人天真散失幻體空虛不思補髓填精斡旋造化長年將無日矣悲

歟余幼病羸復苦瞶眼僻喜談醫自家居客遊路逢方士靡不稽首傾囊以索奇方秘藥計今篇篇焉盈卷秩矣即余自治羸疾頓壯矇疾頓明用以治人應手奏效神哉藥之方歟余實有年計所徵驗不可枚舉玆不自秘并刻以助遵生一力他若條分疾病次備方藥當質之專科無問是編所冀智者原病合方心運妙用寶以護命兼以活人則方寸即為壽域豈不勝彼寶金玉而甘心泉壤者哉錄成戕

四靈秘丹藥

丹藥

秘傳龍虎石煉小還丹

余生平酷嗜方藥屢獲奇效故信愈篤而好益專玆丹始馬得之終南王師燕中復遇至人參同秘訣今不自私錄以濟人見者幸勿視以肉眼

龍虎石丹序

夫龍虎石者乃人元造化之至寶也自軒轅皇帝所傳製煉之丹方後鍾呂二仙再修接命之秘法益求

延年之術惟童真未破不假他力而徑自還丹已破
河車必得至藥而復全性命龍虎即男女之法象男
女乃陰陽之妙化也陰陽未滴其體渾然故能感召
天地氤氲之氣盜奪日月磅礴之精其氣充塞五臟
遍歷諸經溢之於內為氣為血滲之於外為水為膏
聖人以法術而採取用以施水火既濟之功運週天
還返之妙鍊成黄芽白雪玉液金英火煉味鹹水
飛味淡其體不一其色不定餌陽煉則補益真陰

餌陰煉則強壯元陽返本還元歸根復命單服散片而順絡調經扶衰救老合服羣丹而祛除百病起死回生致真氣而日益日盛使諸陰而時剝時消自然身輕體健返老還童百日成功千期輕舉實大丹之根基乃人元之上藥也但無德之人終身難遇若夙有仙風道骨者得遇此道屏除六慾絶棄貪嗔濟貧拔苦廣積陰行凡人不問老少男女五勞七傷諸虛百損遺精白濁喘嗽風癱婦人崩漏子宮久冷不成胎孕小兒諸疾並皆

服之無有不治然須緩緩服久自効欽蒙御賜詩曰採取須龍虎烹煉合陰陽服之二三載肌膚自榮光欽此謹錄成帙珍藏世寶云

取龍虎水法

龍屬木虎屬金即童男童女取之時謹擇有五種不男五種者生逮變半犢也生者外腎不舉逮者聲雄皮粗變者羯羶狐臭半者黄瘦多病犢者疥癩瘡疽五種不女羅紋股交脉也羅者陰户上有横骨紋者狐臭體氣

股者實女也交者聲雄髮粗皮膚粗糙無顏色脉者瘡疾病患殘疾二咼器務擇眉清目秀滿月之相三停相等唇紅齒白髮黑聲清肌膚細潤年方十二三歲至十五六未破者用黍稷稻粱紅豆紅棗猘猪鯽魚等味與彼食之忌葱蒜韭薤五葷三厭穢汚二水戒喧譁戲謔手舞足蹈恐耗散精華取之時先調百日十月起三月止置磁缸或磁罈於静處收貯以盖盖之積至二三石聽候煉用

陰煉法

將前積取二水置磁缸三四口或五六口於靜通溝去處每缸止放五分龍虎水加井水五分下明礬二兩白朮二兩松栢葉各二兩取楊栁棍三四莖一扎順攪千餘下盖之勿動勤看待水澄清去㳙慢慢滗去清水又加井水滿缸以絹羅濾去渣滓又攪三二百轉葢之澄清又盡滗去清水仍加井水又濾又攪又滗如此十餘次直待水香為止候水盡用米篩二三箇内鋪薄綿紙

將渾龍虎石取入篩紙上待水乾移在日色處以竹刀畫成骨牌路晒乾如粉之白即是陰煉龍虎石用磁盒收貯合藥用此石能補心生精養血之至藥也

又一方

將積下的龍虎水焰前安半缸加井水半缸令九分滿另用皂角一斤煎水一桶加白礬四兩在內聽用取南桑北榆東槐西栁中松各一枝共紮成一握攪前缸龍虎水千餘轉點皂角白礬水二三碗勿動待他澄清濾

去清水再加井水令滿仍入皂角白礬水二三碗再攪四五百轉待澄清滷去清水再加井水令滿渾攪用空缸一口以瓢連忙淘入空缸内剩泥脚二三碗不用復攪百十轉澄清水仍加清水攪渾秉渾連忙又淘入空缸内又剩泥脚不用又澄又滷去清水又加井水又攪渾又淘過又剩脚如此十餘次方滷水盡用淨灰半缸按實上鋪絹一方絹上鋪紙將渾秋石傾在紙上蔭乾亦將刀竹畫成骨牌路晒乾即是陰煉收用

河煉法

將前積收二水熠前陰煉置器一樣煉法只是置淨器積二水不過夜一日一煉不用井水取南流東流河水依前法多加河水飛煉晒乾比陰煉上等潔白此河煉石丹方用乳膏丸服能消痰止嗽專治勞嗽大有功效

陽煉法

擇露天空地砌灶二眼坐東朝西安三尺二二尺四鍋二口鍋近處安缸四口先積下龍虎水二缸或三缸方

洗浄鍋銹先於大鍋内入五瓢灶内慢火粗熬至起沫以笊籬撇去油沫直待熬至不起沫方起過小鍋内細熬大鍋内仍添二三瓢又熬去沫又起過小鍋来如此少少漸添漸起直待前積二水熬盡大鍋住火只在小鍋内慢慢火熬用鏟刀不住手鏟待水乾成膏上用一小鍋小缸合住鍋口週圍用泥封固完容止留一孔出水氣盡孔内飛出金星青氣仍以泥封孔眼缸底用濕布一方不可水大但嘗以水潤之小火燒至鍋底紫色

退火冷定過夜第二日先去口泥淨揭開昇缸上的已永靈藥紅黑白各色者另收聽用另打黃芽將鍋內黑膏子鏟起另入一口小鍋內用磚架起大火燒待黑烟盡連鍋通紅退火眼冷酌量下井水或露泉等水尤妙燒滚先將淨缸一口於室内止安竹篩篩内鋪紙濾滴清水入缸篩内黑渣不用將濾下清水看如水清碧就磁盤煎出淨石来如畧有些黄色還用前小鍋煎乾再煅一火眼冷如下水煎滚焐前淋入缸内直看淋下的水

如井水一般清碧方以磁盤用磚支住徐徐添炭火煎前淋的水滚以竹鏟不住手鏟直待前煎鏟焙乾畧帶潮取出傾在紙上晒乾似雪之白此是陽煉之法

又一方

鍋煎法同前火用桑柴直煎至水盡鏟焙成黑粉末先用陽城罐十數外用紙觔泥固了陰乾將末裝入固濟罐内上用鐵燈盞坐口以鐵絲纏紐周圍用鹽泥封固嚴密炭火炙乾於地下用釘三箇釘地離四指高坐藥

罐於釘上周圍用磚砌成百眼爐先下底火徐徐添至平口盞内徐徐添水勿令乾了到火三炷香盡退火冷定去鐵線開看升盞上的另收打黄芽罐内的秋石取出碾為末加露水煎待末化熖前用篩子置於磁盆上篩内先鋪生絹一方次鋪紙二層將煎滚的水傾入篩紙内濾清入盆内去黑渣不用將淋下清水用銀鍋煎乾成白秋石再添露水煎直待石化了仍換紙於篩内再淋再煎如此九次丹訣云九蒸九打似氷霜去滷除羶

為上藥將石收貯銀器內或磁罐內用黄蠟封口墜入井中去火毒三日取出每日空心白滚水服三五分此石是人身五行化生以法煉成三陽之炁服之能補腎中真水最壯丹田之元炁實人元之丹也

乳煉秋石竒方

童便二桶用皂角十二兩水九碗煎至三碗傾入便內用桃栁枝攪打便水二千餘下澱清傾去濁脚次将杏仁十兩打碎煎汁三碗倒在便內又如前攪打二千餘

下去清留濁又将猪脂油十二兩熬成汁去滓傾入便内又攪千餘下浮膜傾去又淀清将人乳汁用滚湯泡成塊傾入便内再攪如前又淀一日傾去清水下底濁粉澄水用木杓棄起傾桑皮紙上先将毛灰一缸作一沉窩将桑皮紙放灰上以滲便水紙上乾白膩粉即成秋石矣不可動揺晒一二日磁瓶收起每秋石一兩入柿霜三錢同和每用白滾湯調服一二分起至七八分止空心時服此粉益壽延年返元還本髮白變黑百疾

不生不必配藥謂之乳煉法也

取秋石氷片法

将煎熬黑粉内打淋出的清碧秋石水或十碗或五七碗裝入大白磁罐内於冬至後數九天埋露天地下蓋口嚴密勿令撒土在内凍七日後取出掃土淨揭去蓋将秋石水傾出另器内其淡秋石如氷俱結在罐底鏟取出放白磁盤内晒乾其味甜淡用銀器收貯早晚空心服之能清痰降火補氣生津之妙藥

煉伏火黄芽法

用前積下的龍虎石三四斤將露水再煮烹再淋再打火九次直煉得如白玉相似方用陽城罐量盛半斤大的外用猪毛泥固謹晒乾妝抹淨罐内約裝秋石半斤在内坐入明爐内風匣大火化開成清汁方用前缸上收的已汞點上以白點白以紅點紅以黑點黑即成伏火黄芽待汁清取出冷定成一白玉陀其色難定或如玉或金色或白中帶紅或黑色丹書云其白容易得一

黑最難求所以分有五色以應五行内滋五臟實乃養生之至藥也鄭思遠訣曰淮南煉秋石黄蒂發金花秋石原非石金花不是花花從秋裏得石向春中葩子母同一處如住仙人家秋石是真鉛金花號黄芽黄芽非别物内象取精華

取秋石汞花法

將磁盤煎取龍虎石時看煎至六分乾時滚起圓泡急將銀茶匙挑起放白綿紙上晒乾銀器收貯此汞花最

是輕清先天之藥服之令人肌膚瑩光身體壯健其功無比

煉黃芽法

將前初煉秋石鍋熬成黑膏時缸合昇取的巳汞靈藥先揀置小白礶口如錢大者用猪毛泥固濟陰乾將靈汞五錢口大或一兩裝入礶內口用白破碟底相成圓錢坐口上以鐵線扎緊鹽泥封固縝密用火炙乾口地下錠釘三箇離地二指高將藥礶坐上用磚砌百眼爐

先用底火慢慢燒四寸香漸漸加至小半肚火一炷香口上用新筆塗水濕葢香盡去火冷定開出具黄芽昇在礶葢上起下如金色一餅此乃是龍虎初弦至美之炁名曰金花又曰黄芽服之令人五臟化生先天精氣元神袪除百病消化痰涎自保長生也

鍊白雪法

亦將已汞靈藥焰取黄芽法一様封固打火葢黄芽初陽之氣易走易飛宜火小火小色變輕黄即黄芽白雪

乃二陽之氣比黄芽火候畧加大些其藥自然變白此黄白造化乃天地陰陽人元自然變化非人功力所為也火足泠定將下一餅如白玉之象亦是龍虎至英之氣名曰白英又號白雪服之令人自然三田生氣五臓添華百病不生諸痰永息精神壯而病自安矣

取冬氷法

將煉龍虎石時取清碧之水用茶鍾十箇各盛半碗在内於數九天擺在露下次日早水面俱結氷以小刀貼

碗遇圍輕輕畫離碗邊挑取出輕放大氷盤内晒乾即如春餅様的圓氷花令人清晨將些須入口噙化生津化痰其功甚效

至妙晒煉乾秋石法此石乃人之精氣結成豈容見火燒煉以傷生氣惟此法乃得人元至妙大理最上一乘

擇僻静去處築一臺髙三尺三寸上置缸五口積龍虎水五淄缸於三伏天晒露遇風雨葢之晒至半缸并成三缸仍晒仍露至止得二三斗之數方取不見水的新

磚十二箇浸入水内一夜第二日取出晒乾至晚又浸如此直待水通乾了為止尋一幽陰静室打掃潔浄地下噴水濕以竹劈成篾片稀鋪濕地上将浸的磚側擺篾上上用筐蓋周圍泥封口縫蔭七日開看其磚上生出秋石如白玉茁一二寸長輕掃下来收在銀器内将前磚焰前仍取五七次直待不生為止此煉法不經水火不泄元靈惟仗日精月華煅煉亦得助氣添靈如服此石比水火煅者加功效過半矣

混元毬製取甜秋石法

於僻静露天去處置缸三五口積满龍虎水於三伏天日晒夜露遇風雨葢之天晴去葢直晒至水耗只存至大半缸將混元毬十數箇浸入内葢之勿動直過冬待至第二年三伏天方取出毬來於日中晒伏晝剖破其毬内生白雪玉英其味甘美極能補心血化老痰浸毬的缸底亦結生如氷相似亦取出晒乾另合藥用功亦同前

煉真土法

煉真土時須於秋分後取山東東三府地方的人中黃揀擇成顆粒方圓者為妙成稀片者不用採取四五担就於本地方尋淨地方下做木郎頭一箇翻打碎晒極乾用火煨過成灰畧存性方入蒲包裝載回來取河水煎滾先將煅過的人中黃入缸內將滾水冲泡攪打均待冷用篩子內鋪粗布將水淋過渣不用將淋的人中黃水用鍋於露天砌灶煎乾連鍋煅紫色待烟盡退火冷

定仍入秋露水再煎滚水仍以篩子内鋪綿紙一層將水柔熱淋滴過方換淨鍋再煎乾鏟出真土始裝入固濟陽城礶内燈盞固口鹽泥封緊入地爐内大火打三炷香香盡退火冷定取開將真土仍用露水再煎滚再用紙隔過再煎乾再入陽城礶打三炷香冷定取出復碾復煎復淋復打火如此九次取出真土如氷如雪香甘味美收貯存後配合龍虎石養成丹丸服之令人脾胃壯健精神倍加百病不生諸痰永息所謂真土製真

鉛真鉛擒真汞真汞歸真土身心寂不動即此義也

取紅鉛法

須擇十三四的美鼎謹防五種破敗不用務選眉清目秀齒白唇紅肌膚細膩三停相等好鼎算他生年月日起約至五千四十八日之前後先看兩腮如花額上有光身熱無喘腰膝酸疼困倦即時癸將降矣先備絹帛或用羊胞做成橐籥或用金銀打的偃月器式候他花開即與繫合陰處令他于椅櫈上平坐不可欹側如覺

有經取下再換一付多餘處用絹帛炙展更換收入磁盆內待經盡同製古法五千四十八日近有十三而来有十六七而至何也皆因受父母氣血厚薄難以期定如得年月日應法乃是真正至寶為接命上品之藥如前後不等只作得首鉛初次金鉛二次紅鉛三次以後皆屬後天紅鉛只宜配合藥不宜單服食既明採取聽候製伏三腥五濁必須仔細脩煉方成至寶

製紅鉛法

将烏梅一斤煎水一桶去梅候冷取得紅鉛或器或帛俱入梅水内洗下用梅水時看紅鉛如有一箇止用梅水三碗或多或少隨意加減不可太過不可不及梅水洗下来的鉛再加井水或河水用大磁盆令装滿以棍攪數十轉用蓋蓋之勿動待水清輕湢去水將墜下的鉛仍加水又打又澄如此七次或九次數足湢去水止剩得渾漿水一碗或半碗取浄灰用盆盛貯中剮一孔量容多少以輕絹鋪着灰上絹上鋪紙把鉛漿傾入紙

上陰水盡方取于日色處晒乾即此是製羶𦎟垢之法方可入藥配合服之專主助血其功甚大

製首經至寶法

將取的五千四十八日真正初經或器或帛以一碗新解童便洗下對清水十碗進礬一錢攪百十轉澄定滗去清水再換清水十碗仍打澄清滗去清水淨加頭生男嬌乳一鍾同入金器内紙糊三四遭放在日色中晒三日或用泥封口入灰缸内小頂火養三日取出為末

再用乳𤈦膏子為丸一箇𠷇的分作九丸或十五丸用辰砂為衣擇甲子庚申日清淨身心於子時更衣焚香服三丸以無灰酒或乳送下服後靜坐片時存神定意如覺身熱時取頭生乳一鍾服下靜攝即解

製靈鉛法

將前取紅鉛或器或帛量多少用燒酒一大碗洗下旋轉百遭置於靜處待酒澄清慢慢滗去酒存住紅鉛加酒一碗仍打轉澄清滗去酒始加清水逐去酒味待水

清滆水盡将鉛傾入大磁盤内晒乾其鉛胎色不變如牛黄樣不泄元靈之氣将此鉛配金乳粉合成丸丹每日五更用酒吞服五分自覺身輕體健效不可述丹書云先補氣後補血補得丹田温温熱上至頂門泥丸宫下至脚板湧泉穴一身四大俱補通致使精神無露泄誠哉是言也葢未服紅鉛之初先行服氣之法既服其氣須補其血不可偏廢工夫血為榮氣為衛榮衛調和自然長生也

製金乳粉法

製乳粉時先擇美嗎先看嬰童肥白有精神者此是氣血盛而乳可用亦須頭生年方二八三七纔可取下一碗或半碗對露水均平攪百遭過夜其乳自分逼去水将乳入磁盤晒乾碾細成粉積得半斤聽用

製乳酥法

取乳之法同前看乳有一碗下舶上硫半分攪勻放在飯上蒸熟取出晾冷乳面上結一層如豆腐皮挑起晒

乾即乳酥酏紅鉛淡秋石作丸服

煉乳膏法

取乳不拘多少用銀鍋以磚支住用灰火慢慢煎熬用銀茶匙不住手攪將週圍邊上俱用茶匙刮下來不然焦了不中用只宜慢火若火大其膏盡黑熬至七分乾時以磚墊起離火尺餘高將藥烘乾只用九分乾為止色黄白為上粉紅次之焦黑不用

取梅子法

梅子者乃先天混沌純一至真元英之氣所結包一身之精粹最難得之者也如取之時先尋黃婆調擇美鼎之法具于前篇惟得黃婆調理鼎器不許喧譁歌舞恐傷真氣不妄食五葷煎炒以致動火有耗精血皆難成也如鷄之抱卵龍之養珠勿摇勿動朝夕謹慎此鼎與取首鉛虎水不同務要身形端正氣血均平於十三歲以上調理起算他生年數至五千四十日看他天應星紅光滿面地應潮發火燒身急以紙入陰戶探看如得

黄水癸將動矣此真是候也與彼槖籥繫上癸水一至急取槖籥内看癸中如有一點粉紅色之結硬者即是梅子忙將珠砂末穿衣置于金銀器盒内貯勿令泄氣不然化作黄水矣如癸水中尋覔不見令彼黄婆看彼花叢内有血絲纒裹以中指挑斷擇取出來同前穿衣至第二日清晨用乳香煎湯服之使覺精神昏悶五體不收渾身氣喘體汗急命黄婆取蟠桃酒服之以解其燥過此一番百病蠲除延壽一紀

又取法

照前看鼎癸若動時急將寶珠丹與鼎服之良久命其騎坐空穴將槖籥與托住虎穴額上輕拍數下其樂即降矣如降時仍同前用硃砂穿衣銀盒收貯如不降再服

寶珠丹方

麝香當門子一粒　朝腦五分　紫梢花一錢去梗

大力子一錢　丁香一錢　紅花一錢

急性子五分　斑毛一對去翅足　紅娘子一對去翅足

右九味碾為細末每服半分無灰酒送下

又一法

亦要看覷器將近五千四十八數或前或後但身中覺熱面赤癸將至矣命黃婆使彼俯伏兩脚尖着地脚跟抵住肛門黃婆以中指撥開花叢見一紅星如櫻桃者即是紅梅急以星劍摘取下来配合淡龍虎石滚圓外用硃砂或金箔穿衣用銀器収貯聽用此乃是生擒活

取之法也其功甚妙其氣甚全只好仔細不可造次也

取後天日月一枝花法

此丹須是後天亦禀父母元氣精血所結人得服之亦能却病既無病攖豈不延生採擇之法亦擇無敗美鼎又要經調不調者不用看他前月經從甚日時到次月其日預備器物令彼騎坐置一空穴將器抵住虎穴待經一來取出經中有一成粒者如枸杞様急以雄黄硃砂末温養銀器收貯服用酒送下如不服存後配合混元

丹服此丹比梅子難得但十八九二十上下不拘已破未破俱各有之每月服二三粒使元氣不散精神不耗服久令人生子如要交合百戰百勝其效甚速

詩曰

月月一枝花陰山是我家有人認得我還丹即是他詩乃人人通知其法不易輕傳得知者慎勿蹉過慇懃採取而服之自保長生也

取黍米金丹法

擇童男童女各年方二八像皆不干於五種破敗俱要清秀合於美器男要精通女要經行令彼交合如得成孕當以黍稷稻粱犽猪鯽魚與彼食之不可妄食五葷煎炒之物務要調理得中待到八箇月上下看他兩乳脹大有紅脉聚於乳頭藥將熟矣先將銀打成二小礶急與彼合住兩乳繫在主腰內緊合不時取看恐有走失如取下一粒黍粒之大或一滴似金汁色黃異香急用硃砂末合成一丸或分三丸銀盒収貯擇黃道吉日

煎乳香湯服之即得解形換骨永得長生取此丹時全要仔細如落地即入地不見如見太陽即化成烝而去矣戒之慎之

製何首烏法

取天壇王屋山的何首烏不拘多少如有十斤用黑豆一斗先以鹽水浸欒與豆半日撈起入蒸籠内蒸三炷香取出晒乾如此三次去水加酒浸透焰前蒸三次後加鹽水拌之蒸三次共九次每一次三炷香數足晒乾

去豆將何首烏研成細末収貯聽候後配藥用葢何首烏得天地五行正氣包含五色所以滋養五臟外皮黑滋腎水內紅絲補心血中心黃健脾胃皮內青益肝氣內含白消肺痰與常不同草木中之聖藥也

製茯苓法

擇雲南來的外黃內白結實好茯苓不拘多少用刀削去外面粗皮吹咀成豆水浸一夜第二日上磨磨細以羅篩濾去皮膜多加水漂打轉澄清水仍攪打三五次

湢去水盡用洗凈白包袱一箇弔起四角將茯苓粉起在包袱内滴水乾方取入盤内加人乳拌勻晒乾再加乳又晒如此一月或半月方搗為極細末用磁器收貯聽候配藥用茯苓性温平味苦氣清淡能安魂魄除驚悸補肝氣益心血利水道通神明大有奇功為中焦之聖藥也

製蓮粉法

取蓮粉不拘多少先以水浸脹洗去紅皮擇去心連水

磨成漿以絹袋紐去渣將粉加水漂去澁水待清潙水盡亦起在包袱内滴水盡方晒乾再擣成末以磁器貯收聽用葢蓮粉性温味甘氣薄能補中益氣壯心神消水穀除驚悸實肌膚為補中之聖藥也

製芡實法

取硬殼雞頭打去殼擣成粉方着水漂待清潙去水將粉入盤中晒乾再擣為末収貯芡實性平味薄氣微清補中氣調胃氣益心血壯元陽乃助中之聖藥也

製熟地黄法

将淮慶熟地黄不拘多少先用酒洗净入籠蒸一炷香取出晒乾再用酒拌潤仍入籠蒸一炷香如此拌九次取出隶潤搗千餘下分小餅晒乾再搗再晒為末収貯聽用熟地黄性温味甜氣厚得酒製而補諸經之虛益肝經之血能潤肺經之水注心經之液為補中血虛之聖藥也

製人參法

擇好孩兒黄揀參結實者用瓷水潤軟絹袋盛貯入酒米飯内蒸三次晒乾為極細末聽用人參性微熱味苦氣微厚能潤肺生津補諸虚不足生氣生脉乃藥中之聖藥也

製川椒法

擇鮮紅開口者用閉口者不用將粗紙襯鍋底微火炒脆碾為細末用紙鋪地下去火毒一夜方收聽用椒乃通氣之物去寒氣通滯氣清心明目大有奇功也

製小茴香法

将茴香擇去梗末淨不拘多少微火同鹽炒令香熟篩去鹽為末亦用紙鋪地下去火毒一夜收起聽用茴香乃下部之藥極能益腎水和中氣助正蠲邪其功甚大

河煉龍虎丸

河煉龍虎石一斤　首經至寶三錢　金乳粉一兩

右将三味共為細末放大氷盤內用乳膏對紅棗肉和勻入木臼内擣千餘下如膠相似取出丸如桐子大先

用硃砂滾身次用金箔穿衣晒乾用磁器收貯於每日五更時或乳或蓮肉湯吞服一錢五分臨晚酒服一錢此河煉乃陰陽純粹之精因感物而滲泄於外以法而採煉成丹服之令人心血調而肺氣伸故痰火見之而消化喘嗽見之而平伏永無勞咳之患

陰煉龍虎五精丸 治勞瘵虛弱

用龍虎石五兩 金乳粉五兩 紅鉛二兩

白茯苓二兩五錢 蓮粉一兩六錢 芡實粉一兩

地骨皮一兩

右七味共合一處用乳膏為丸如梧桐子大金箔為衣晒乾用磁瓶收貯每日早取頭生男乳吞服一錢日進三服加至一錢五分服之七日痰消火息喘咳即止服之半月病覺甦醒服之一月大病即安如常陽事虛舉以花頭小雞陰乾為末服之陽即不舉服藥時忌牛羊茶醋房勞等事服此五精丸先除去夙疾以致脾壯五臟安和氣血充溢百病不侵後久服小還丹始得延年益

壽住世長生也

陽煉龍虎五精丸

用陽煉龍虎石（五兩金之精）茯苓（二兩木之精）蓮肉粉（一兩水之精）椒末（一兩火之精）小茴香（二兩土之精）

右將五味各拌勻入大磁盤內外加乳粉二兩人乳五錢飛羅麵打糊為丸如梧桐子大每日起更時分無灰好酒吞服三十六粒此藥專補腎經生精氣益真水蓋腎居北屬水天一生水水為萬物之先故為人一身之

依本醫經曰萬物有根則生無根則息先服河煉清淡火次服陰煉滋心血再服陽煉壯元陽陽壯生陰精精旺産真氣氣盛育元神精氣神全病從何生老子云神不外遊精不泄氣不散分别無訣若還四象入中央不怕靈丹不自結此謂至言也既得復全之方再服至藥長生不老在我矣

二煉龍虎五精丸

用陽煉龍虎石二兩三錢　陰煉龍虎石二兩七錢

茯苓一兩五錢　何首烏末七兩　蓮粉五錢

芡實粉一兩　紅鉛一兩　金乳粉二兩

右将八味各等末入大磁盤内每日加頭生男乳一茶鍾拌濕晒二七日又加梨汁晒七日足加紅棗肉同入木石臼内搗千餘下令和軟方取出丸如梧桐子大先用硃砂末滚身次将金箔為衣晒乾入磁礶收貯勿令泄氣亦嘗取出亮焔乾不可黴了每日早五更乳酒頓熱服一錢臨睡時半饑半飽用蓮肉煎湯服五分此藥

服之半月身内如有風寒暑濕之氣自然消除服至一月故病除根服之百日五臟生精至一年返老還童先服五精九將身中故病舊患並皆掃蕩使五臟六腑調和精神壯茂而長壽可期矣

龍虎小靈丹

用陰煉龍虎石八兩為末入大磁盤内於夏至日晒起每日調人乳日晒夜露遇天陰收藏每月入紅鉛一個同晒直至中秋受過天地金旺之氣於二十後方晒為

末約稱一斤之重為止如分兩多少則是配合不均致氣血有不平矣用乳膏和勻略加些須棗肉搗軟丸如菉豆大於每日五更時分用乳酒均對頓熱服三十六丸靜坐片時使心血下降腎氣上昇氣血交通陰陽暢運諸邪逃遁道氣常存矣復有歌訣於後

歌訣曰

神仙發秘機濟世功無比只此小靈丹妙奪陰陽理先天龍虎石道合乾坤髓半斤陰陽精配入首男乳日夜

賜中天却從夏至始月月入紅鉛直至中秋止色如桃花鮮噴鼻甘香美日服一分半送下華池水傳自生天經初服人如醉服之至七日體熱何足畏時進蟠桃酒藉以滋靈氣漸至一年餘頓覺超凡類肌體潤且温延年歷人世此丹尚未服大丹安敢餌四體俱屬陰服丹陽填髓先言積陰功功成幸相遇非人莫亂傳妄泄天機罪拱持三光前運自華池水寅初服一粒仰叩神天地此歌即是秘妙口訣非人勿示慎之戒之

小還丹

用陰煉龍石一斤 首經至寶二兩

右将二味各為細末共和一處以大磁盤盛貯從夏至日起手每日加人乳一碗調拌均勻放置高閣去處日晒夜露第二日早研碎又拌乳日日如此一月進鮮紅鉛一個製入於内同晒同露直晒至八月十五日天地金旺之時受過了月華神水復入梨汁三五次方晒乾為末用乳膏紅棗肉搗和令軟丸如桐子大外用金箔

穿衣陰乾磁罐收貯不問老少每日半夜子時分乳酒對半頓熱吞服一錢念長生得道天尊九聲靜坐一時方睡初服覺熱天明取人乳一鍾服之其熱自退服久不覺此小還丹即前小靈丹是也一日一錢半年該三十六兩所謂一斤淡石每日晒積乳共重二斤外將紅鉛四兩共重二斤四兩只可一人服不可缺了每年晒一次此藥服之一年百病不生陰陽和暢服之二年行步輕健肌膚榮光服之

三年髮白返黑齒落更生服之一紀住世永年永作地仙也今將口授訣歌并註於後

歌曰

夏至一陰生晝夜當天立日餐金烏精夜食玉兎液

夏至乃五月節中也一陰生於五陽之下是為木火通明之時此時秉天地咸暢之機攬陰陽宣理之氣于是晝承日之精夜吸月之液是以日為真火月為真水水之滋養形中生氣矣餐食者精光交休之義

其法以前掃起霜於夏至一陰生之後以磁盤盛貯晝則熠於日以餋烏精夜則鞠明于月以食兎髓此不論晓夜當天露立自然日月精華貫徹藥也

歌曰

半斤四兩乳相配成戊巳更有月月紅熠月加于裏

乳者血氣之聚也嬰兒服之可以滋養飢體榮腴經脉况配靈質灌溉日月精華有不充飫人之榮衛乎故兩情相孚則陰陽之精華感合陰血作乳則彼此

之神氣共處是乳成戊己二土猶言媒娉傳道使天之日月精液人之男女靈質皆有係屬不遊散也月月紅者實女首經紅鉛也逐月加增則精液交馳而一氣感應於虛靈也其法以前霜每劑半斤加入淨乳漸和同晒乾再加約共乾一十二兩是半斤霜四兩乳乃為足也待至一月則進紅鉛一次進之三月三次為三進紅鉛矣

歌曰

莫辭勞苦心煉至中秋日色如桃花鮮入口甘且美

修至靈質不加勤勞莫能聚精餐精服液不以辛勤

莫能會神故聚精會神皆禀人之苦心則是人心意

内外兩通專志不違天人恊化也但煉至中秋可以

息功其故何也火滅生土天之令也土旺金盛候之

全也其取義曰秋石益擬諸此也色如桃花者靈藥

可服之驗也入口甘美者其味滋益之徵也其法愈

精而金土愈旺故有斯功焉其法前餐食烏兎之霜

並和乳經之藥自五月中氣心專志決如法煉至八月中秋晝夜勞心不可辭苦直俟色如桃花甘美充腴乃為藥靈之成矣

服之壽命長彭祖茲可比名曰小還丹秘之莫妄語藥靈質美久服自可益壽五行精英餌之寧不延年故彭祖永命可以同塗甚言藥物益命之極此乃人元配合以類交養則其以精益精以氣益氣以神益神之妙名曰小還丹焉不比他方金石草木之類故

戒莫妄語以泄中和之秘其法以前通靈之藥用磁礶収藏封固以備不時啓服每日服三分醇酒送下

先天服食陰煉龍虎金丹

用龍虎二石八兩先天元氣　蟠桃仙酒後天真鉛

首經至寶二兩先天真鉛　乳香一兩黄婆通引

氷片一錢明目通竅　硃砂纏身安鎮心身

金箔穿衣安䰟鎮魄　日晒月露取真火真水

右將各味俱製成粉放磁盤内擇鷄犬不到静處置一

木架於黄道吉日起手每日加乳拌潮日晒夜露七七
四十九日以乳為黄婆合和鉛汞三家相見晝夜受日精月
華之靈此真陰真陽即真火候也古云自有天然真火候不
須柴炭及吹嘘每遇天陰収藏此藥受了日月精華以成
真丹砂加乳膏搗和為丸如菉豆大先用硃砂纏身次
與金箔穿衣晒乾收貯專治男女五勞七傷諸虚百損
身體瘦弱咳嗽吐痰不思飲食夜夢鬼交遺精婦人小
兒一切雜症並皆服之每日清晨五分熱酒送下

詩曰

東方青龍西白虎　南是朱雀北玄武

黄婆會合入中央　烏兎㗅煉名真火

四十九日變通靈　金衣為九潤丹府

空心熱酒服五分　益壽延年似彭祖

羅浮真人三家相見秋石方

先取向陽黄土八斗背陰黑土八斗拌勻用缸八口每

缸二斗盛貯每日用童男女便漸漸添滲入土内四十

九日日晒夜露日足方止将土造成一器外方内虛圓合在一處鐵線扎緊封口徑要三寸六分厚用三釘釘於地下一尺六寸高周圍磚砌定用炭火四圍均匀先文後武打三炷官香冷定取開内生白雪如瓊玉之狀取入銀神室内埋土出火毒九日乳為丸每日服一分加至二三次白湯送下久服筋强力壯百病皆無勝補藥百倍也

仙傳秋石配合十精五子丸

用陽煉龍虎石十兩　陰煉龍虎石六兩　煉法具前

人參　當歸身酒洗　葫蘆芭微炒　芡實

蓮花蕋微焙　鹿茸酒浸酥炙黄　仙靈皮葉

蒼术米泔水浸炒　枸杞子酒浸晒乾已上十味十精藥

兎絲子酒浸蒸七次　巨勝子焙　車前子酒浸炒

栢子仁取肉　已上五味五子之藥各二兩　沉香一兩　粉草一兩

辰砂五錢水飛極細三味升降之藥　加白鉛一兩即人乳也

右將衆藥均對分兩用紅棗肉加蜜搗合為丸如梧桐

子大每服一百丸白湯送下日進三服服至百日百病消除身輕體健效難口述也

龍虎合配五氣丹法

葢秋石延命之術乃上古神仙留傳秘法也其妙不外乎陰陽真一交媾而成非心志之專而遇明師授受之真又烏能奪造化之機而延壽命于無彊也哉噫今之學仙者徒以金石草木脩製成丹而望延壽殊不知皆異類之物豈得與人相契乎葢人禀天地真一之氣憑

陰陽純粹之精感合而成非陰陽不能變化非真一不能還元經云竹破須将竹補宜又云取将坎位中心實點化離宫腹内陰豈得他物而同類乎予因成化癸外南遊遇仙師尹真人傳授内丹秘訣兼示以三峯真人元配合五氣接命還丹方法先製服五氣築補完全次會合三元結成還丹方得超凡入聖紅鉛真陽鉛也秋石真陰汞也乳酥即真土也鉛汞得土而丹成精氣得神而會合故餌之者壽可延而仙可期也今将五氣

丹藥具後

陰煉秋石八兩　紅鉛四兩　人乳粉四兩

牛乳粉四兩　酥油四兩

已上五味俱製成粉和勻用布裹定綿纏縛緊聽用將糯米三斗浸一夜次日上甑蒸將前藥埋在米中焰嘗蒸熟冷定取出藥米將飯用小麯拍成浮米酒用瓶一二個裝滿前藥丸成三百六十九擇吉日服每日用酒一鍾吞服一粒酒藥俱按三百六十火候周天之數也

此藥符合天機造化其妙難述不可輕泄

益容仙丹

淡秋石五兩味淡補先天之元氣　白硼砂二兩五錢止嗽化痰生津元氣

片腦一錢一分蕩諸邪明目通竅　薄荷五兩清潤頭目消化老痰

栢子肉五錢清和咽膈　牛黄五分除邪去熱明目清心

哈芙蓉二分温煖丹田除痰止嗽　膃肭臍五分酥炙補胃煖腰回陽助精

甘松五錢開胃甦脾通氣和血　硃砂一兩五錢水飛細末穿衣安魂除煩

粉草一斤去皮調和藥性

熬膏合藥為丸和諸藥性善解百毒将前九味各為細末粉草膏子為丸如菉豆大硃砂穿衣每日不拘早晚将一丸入口噙化以致津液满口嚥下丹田流灌諸經各絡氣到處自然輔正除邪能使肌膚光潤久服則百病不生萬邪歸正

詩曰

神仙留下濟人丹　安魂定魄駐容顔

寬胸順氣神凝静　化痰止嗽暖丹田

生津消渴甘露降　透竅明目返本源
每用一九常噙化　益壽延年世上仙
先天真一丹
此丹乃大茅君授與二茅君三茅君地仙長生仙藥訣曰上品神仙藥先天真一丹每朝吞百粒却老返童顔能轉周身氣神功内返還華池灌神水滴滴注玄關隂符調火候默默自抽添至誠修煉服骨汝壽齊天
用白虎首經粉九錢　隂煉秋石四兩　乳粉四兩

乾山藥四兩　石澗菖蒲九節四兩五月五日採取

茅山蒼术四兩米泔水浸去粗皮　甘州枸杞三兩

珍珠一兩　旱蓮子草二兩　菊花蕋一兩

甘草一兩

右各味製成細末煉蜜為丸如菉豆大每服六七十丸加至百丸空心白滚水下

道藏班龍黑白二神丹

鹿茸二兩酥炙　陳皮二兩　當歸四兩酒洗淨　地黃八兩取汁為膏

茯苓二兩人乳製 鍾乳粉一兩水飛用 人參四兩 栢子仁二兩

枸杞子二兩 麥門冬一兩 生地黄汁一碗 白术二兩

沉香五錢

右為末煉蜜為丸如桐子大每服五六十丸秋石湯下

治虚損怯症五勞七傷氣血俱虚顔色憔悴無不治之

服之美顔色和五臟壯精神美鬚髮補羸瘦功莫能述

長生班龍飛步丹

用上全方加上

白膠二兩　紫河車一具首生男子為佳　膃肭臍一兩

綠毛小龜肉一箇同河車煮以桑柴文武火成糜連汁用搗細和前藥末再入人乳汁一碗同膏和丸如桐子大每服五六十丸治虛損瘵症

經驗蒼朮丸　又名鉛汞丸

用蒼朮一斤半取膏入藥四兩

其性燥而辛烈去內外之濕引藥行於表裏而煎為膏者所以變其質似猶伊尹放太甲於桐為善以成濟世

之功也用糯米泔浸日半撈起刮去粗皮見白晒乾又將童便浸日半撈起清水洗淨晒乾又煮酒浸日半晒乾仍用糯米泔澄清煑朮以爛為度然後於陳米飯上蒸一層飯一層朮要取穀氣為佳飯上用荷葉葢定不泄穀氣尤妙晒乾研細末入藥

黄栢　刮去粗皮八兩製炒為末入藥六兩其性雖寒非苓連之可比黄栢能通腎以瀉膀胱之火動則水不寧所以用之者瀉火而寧腎水也剉碎用酒浸三日

要翻覆浸取出晒乾将蜜拌黄栢用荷葉鋪劄稜起水面上攤黄栢荷葉上蒸一次仍将蜜拌再蒸再晒如此三次用紙鋪鍋底黄栢攤紙上焙茶褐色為度研末入藥

知母　去皮六两

其性潤而老年并虚弱之人火易動津液受尅而嘗涸所以用此專補腎水蓋能制烈火之故也剉碎用酒浸三日去酒晒乾隔紙炒焙研細末入藥

枳實 四兩

老年并虛弱之人火最易動津液受尅而化為痰或平日膏粱之積而成痰蓋枳實非他輩之可比且半夏化痰其性燥烈而服之反渴渴增則貪飲矣愈飲愈濕受外邪而痰愈結也貝母去四種痰能表而不能裏南星雖曰去痰能上而不能下因風可用令枳實之功不可勝計剉碎與麩皮同炒茶褐色去麩皮研末入藥

白术 四兩

大能補脾老年虛弱之人胃火必盛而食善消愈消愈食則脾豈有不損則食不能尅化而用庸消之劑則反傷脾脾胃受傷是無本矣豈能安乎然必用此以裨脾似猶修武備而禦寇也剉碎用紙鋪鍋底將麩皮拌白术攤紙上不住手撥焙聞其藥味無麩氣為度研末入藥

當歸　五兩

其性温四等治血流者能止凝者能行虛者能補氣者

能和老年并虛弱之人火旺水衰血必受傷或流或止或凝或行可不用此以和之用酒浸洗剉碎晒乾研末入藥

熟地黄　四兩

老年并虛弱之人諸血最虛皆由心之耗而肝之枯也是以四肢血怠足不能履手不能持耳不能聽目不能視腸不能通而多結也所以用此劑以補一身血衰也用酒洗剉碎研末入藥

乾山藥　四兩

其性溫平主腸中補虛除陰熱邪氣益氣力長肌肉治頭風止腰痛補心肺不足潤皮毛主治泄精健忘剉碎晒乾研末入藥

白茯苓　刮去粗皮淨三兩

其性去濕利小便調胃氣伐腎邪瀉火久服安魂養神延年益壽而無消渴之患剉碎晒乾將紙鋪鍋底用麸皮拌藥攤紙上不住手撥焙至藥無味為度研末入藥

防風　去蘆五兩

老年并虛弱之人血皆損少則腠理不密賊風易入必用其驅出之蓋防風之性威而不猛剉碎晒乾隔紙焙乾燥研末入藥

真鉛　四兩　陰分之上藥即人乳多以此代鉛其鉛乃取室女天真未丧欲心未動而自然來者得純陰之正移陰補陽自然而然者其功不可勝言倘人不待時急取陰分之上藥代之用亦不減於真鉛也

用少年婦人乳二碗其乳者血之化也陰分之上則為乳陰分之下則為血所以用此者以血補血老年并虛弱之人身血必衰此藥之正所謂布衣破而補以布也

将麪入乳中調匀打糊丸藥用

真汞 四兩 即秋石也

其性鹹能入腎而用童便煎者蓋因元氣之未泄而純陽之未喪煆煉而成所以補元氣老弱之人精氣必損須用此藥滋補研末入藥右将各藥細末拌匀用乳二

碗入麪打糊拌藥杵勻丸如桐子大晒乾收貯日漸服之每服五六十丸淡鹽湯空心下此藥服之專治諸虛百損身體倦怠氣虛中满不進飲食遍身風濕麻痺眼目昏花腰痛頭暈手足欠順行履艱辛虛怯痰火遺精白濁小便不利胎前產後赤白帶下有惡疾者服此立妙無疾者服此强筋骨悅肌膚駐顔色健脾胃進飲食添精補髓益壽延年其功不可盡述寳之

度世丹

如有人抱一切危疾及癱瘓痛楚久在床枕旦暮清心服之戒其嗜慾能安神志定魂魄順五臟和六腑添智慧烏髭鬚通脉絡除勞損續絕補敗蓋此藥稟天地中和之氣不燥不熱可以長服如有惡疾肢體不安行步艱辛飲食少進或寤寐不安或痛連筋骨或十生九死服之是疾皆除駐悦顏色滋潤肌膚聰明耳目四肢強健延年益智功效不可具述

枸杞子　仙經云此藥是熒之精益血海足筋骨補

氣安神

甘菊花　是木之精服之聰明耳目去寒濕手軟利

九竅通三焦去萼用

遠志　治胃膈痞悶去憂邪潤肌膚壯筋骨用頭

搥破取去心

車前子　是鎮星之精益胃安䰟魄駐顔去夜驚妄

想

生地黄　用乾者去蘆經云是太陰之精開心神去

邪養脾胃榮衛之神

巴戟　仙經云是黃金之精去心痰補血海身輕
延年

覆盆子　是神水之精助陽輕身安五臟之神

白术　是太陽之精能正氣吐逆消食化痰濕蒼
榮衛

肉蓯蓉　擇有肉者其藥一百年一生入小腸補下
元酒浸七日

石菖蒲　細小九節者能昇智慧添神明煖下元補虛減小便

兎絲子　酒浸七晝夜晒乾炒令黄色為度

牛膝　治濕脚氣腰膝疼痛去蘆用酒浸七日

細辛　療百病順氣益血海去苗用

續斷　治五勞七傷　何首烏　性濕無毒

地骨皮　去土

右各用本土所生逐件揀洗各等分擣為細末煉蜜和

丸桐子大每服三十九空心溫酒送下服一月百病不生服一年至二年返老還童顏貌若蓮花是病皆除元是仙人之術信之信之

神仙不老丸

養榮衛潤三焦滑肌膚去邪氣惡蟲等疾選奇方云予幼年勤瘁衰不待時方三十而白髮生自是時時摘去四十九則不勝芟矣乃聽其自然未幾遭喪夭之慘罹哭子之憂心志凋耗白者益多餘者益黃久之忽遇金

華山張先生謂予曰予今半百容貌衰甚可以為門戶計進補治氣血以強色身之藥予慨然傳一方會初得之異人拜而受之遂合服逾百日覺前時之白者黃者皆返黑矣見以為異予遂名之曰神仙不老丸以其藥品檃括為詩曰

不老神仙功效殊　駐顏全不費工夫

人參牛膝川巴戟　蜀地當歸杜仲扶

一味地黃生熟用　兎絲柏子石菖蒲

更添枸杞皮兼子　細末蜜丸桐子如

早午臨眠三次服　鹽湯溫酒任君餔

忌飡三白并諸血　能使髭鬚烏亦烏

用人參　團結重實上黨者佳去蘆焙乾秤二兩

枸杞子　色紅潤者去蒂酒浸一宿焙乾二兩

兎絲子　以水漂去浮取沉者酒蒸焙乾二兩

石菖蒲　去毛節米泔浸一宿節密者秤一兩

栢子仁　色紅新者去殻取仁一兩細研臨時入和

藥內

川牛膝　長而潤者去蘆酒浸一宿焙乾一兩半

杜仲　刮去粗皮擣碎生薑汁拌炒斷絲一兩半

地骨皮　色黄者刮皮浮淨秤一兩

地黄渣　以水浸重者用以浮者擣取汁浸沉者蒸透焙乾如是三次色黒者味甘熟秤一兩

又用生沉者一兩酒浸各用竹刀切忌鉄

器

川當歸　揀大者去蘆頭二兩

川巴戟　用黑色紫沉大穿心者不用色黃細者搥

去心酒浸焙一兩

右件揀選精製如法勿晒用慢火焙乾若大燥則失藥味待乾即於風前略吹令冷熱相激燥淨秤研為細末煉蜜擇火日搜和於大臼内搗千餘搥丸如桐子大每日空心午時臨卧每服七十丸温酒鹽湯任下忌食葱白韭白蘆服真粉及藕諸般血蓋諸血能破血又觧藥

力若三白誤食亦無他說止令人髭髮不變黑耳大能安養榮衛補益五臟調和六腑滋充百脉潤澤三焦活血助氣添精實髓是最要節色慾使藥力效之速也

松黄頤壽丹

松香一斤嫩白瑩淨者碾為末篩過去渣用新汲水十餘碗砂鍋内桑柴火煮一炷香不住手攪冷定傾出苦水仍换新水更煮更攪如此十四五次直待水煮不苦為度再用白酒四五碗亦煮一炷香冷定取出晒乾碾

為細末熟地黃半斤懷慶肥大者揀去不黃不用浸蒸

爛擣成膏烏梅肉六兩安吉者佳焙乾碾為末

右三味和成一處擣和匀如乾散難丸加酒打麪糊少

許和之易丸為度如桐子大每服三五十丸茶酒白湯

任下食前服服藥時忌豆腐製藥不可犯鉄器

大補陰膏

安心神健脾胃滋肺金補元氣

茯神　二兩去皮心最能安神定志

遠志　二兩去梗炒乾用

人參　五錢去蘆能開心明目養精通神治脾胃陽氣充足

白术　四兩切片水洗去油晒乾能除胃中濕熱健脾胃

茯苓　二兩去皮補定悸

橘紅　一兩五錢去白主下氣寛中消痰止嗽

貝母　一兩五錢薑湯煮過能止嗽療煩渴安五

臟散胸中鬱結

甘草　三錢炙去皮主補三焦元氣和消藥毒養血補胃

紫苑　一兩洗去土補虛止渴安五臟

阿膠　一兩蛤粉炒成珠能養血除嗽

五味子　五錢能明目補胃益肺金

當歸身　三兩酒洗能和補血

生地黃　一兩五錢酒洗能涼血補血滋腎水

白芍藥　二兩炒益津液

熟地黄　一兩五錢酒洗蒸九次晒九次大補血壯

腎善補鬚髮

天門冬　一兩五錢去心能保肺氣

麥門冬　一兩五錢去心能保肺氣令人肥健

兎絲子　二兩水洗去土晒乾能添精補髓

枸杞子　三兩蒸焙乾能明目延年

黄蘗　二兩去皮鹽水炒乾能補滋腎水

山茱萸　二兩湯浸

知母　一兩鹽水炒乾能補腎水凉心火

原方内有欵冬花一兩桑皮一兩柴胡一兩五錢山藥二兩後進呈許堂改除右切片用井華水二十四碗入鮮薑四兩二錢核桃肉圓眼肉棗肉蓮肉各二十四個烏梅肉十二個春浸半月夏不浸秋浸一日冬浸一日夜於静室内用炭火煎至藥計五碗去藥渣用好蜂蜜二十四兩煎一滚用紙滲去面上沫入前藥同煎至滴

水不散為度用磁罐盛白紙封口放水盤中露罐口七日去火毒取出每日空服白滚湯調下三茶匙忌食羊肉

益元七寶丹

用何首烏 赤白各一斤用米泔水浸一日竹刀刮去皮打塊如棋子大另有製法具前

牛膝 八兩同前何首烏用黑荳五升木甑沙鍋蒸三次晒三次為末加鹽一二錢同浸

枸杞子　八兩酒浸洗淨晒乾為末

茯苓　赤白各一斤赤者用牛乳浸白用人乳浸
俱一宿晒乾為末

兎絲子　八兩酒浸三日晒乾為末

破故紙　八兩炒乾為末

當歸　八兩酒浸一宿晒乾為末

右七味各不犯鐵器煉蜜為丸如彈子大日進三丸早晨空心酒下午後薑湯下臨卧鹽湯下初服三日小便

雜色是去五臟中雜病至二七日唇紅口生津液再不夜起三七日體健身輕兩乳紅潤至一月鼻頭酸是諸風百病皆去四十九日目視光明兩手火熱精氣通實髮白返黑齒落更生陽事强健丹田如火行走如飛氣力加倍非人不可輕泄乃神仙秘方

補胃瑶臺雪方

蓮肉二十兩去心為粉　土白朮十兩麸炒去麸用

陳皮二兩　白茯苓二兩　苡仁八兩

芡實十兩　山藥八兩　砂仁一兩

川椒一兩五錢炒去汗為末已上同和入白糖二觔

和匀每早白滚湯調服三二錢開胃進飲

食脾家聖藥也實之寶之

紫霞丹

治痰湧咳嗽傷酒觧醒或口有穢氣津苦舌乾凉膈平

胃觧慍安神又為清喉要藥

硃砂四兩一半為衣　官硼砂五錢　沉香一錢

桂花一錢　青木香一錢　細芽茶二錢
訶子一錢　白豆仁一錢　金錢薄荷四錢
氷片三分　百藥煎一錢　玄明粉二錢
右為細末煉大甘草四兩煎汁為丸如小豆大硃砂為衣入口一粒一次噙化

延齡聚寳酒

用何首烏　四兩去皮赤白兼用
生地黄　四兩鮮嫩肥者勿犯鐵器

天門冬　二兩去心

槐角子　四兩炒黃色十一月十一日采

石菖蒲　二兩

乾菊花　四兩只用花枝葉不用

五加皮　二兩用真正的

蒼朮　二兩米泔浸一宿竹刀去皮毛茅山的好

枸杞　二兩去蒂研碎甘州生者

黃精　二兩用鮮的

細辛　二兩洗淨
白朮　二兩極白者油黃者不用
防風　二兩去蘆
人參　二兩去蘆
茯苓　四兩鮮嫩者
熟地　四兩忌鉄器
麥門冬　二兩去心
蓮蕋　四兩

桑椹子　四兩黑紫者

蒼耳子　二兩炒揚去刺

肉蓯蓉　二兩黃酒浸去鱗

沙苑白蒺藜　二兩炒去刺

天麻　二兩如牛角者

甘草　二兩用大者炙去皮

牛膝　二兩去鬚

杜仲　二兩薑汁浸一宿炒去絲

當歸 一兩鮮嫩者

右各味焙方擇淨稱定分兩足務要真正藥材切為咀片裝入生絹袋内用無灰高黄酒一大罈盛九斗十斗大罈方可將藥裝入罈春浸十日夏浸七日秋浸七日冬浸十四日將藥酒每五更空心服三小鍾還卧片時午間再服三鍾尤妙用酒忌生冷生葱生韭腥無益之事少幹無益之物少吃白蘿蔔常忌致誠服者自有功效若服一日歇二三日不依前法取效鮮矣夜間還服

二三次予年三十九歲服起於六十四歲鬚須髮如漆齒落更生精神百倍耳目聰明比前大不同矣此方不輕係身命養生至寶仍將藥渣晒乾研末煉蜜為丸如桐子大每服五十丸空心無灰酒下

延壽酒藥仙方　一名養壽丹

專治男婦遠年近日諸虛百損五勞七傷左癱右瘓偏正頭風口眼歪斜半身不遂語言蹇澁筋脉拘攣手足頑麻渾身瘡疥腸風痔漏紫白癜風寒濕脚氣膀胱疝

氣十膈五噎身體羸瘦腰腿疼痛四肢無力皮膚生瘡耳聾眼昏下部虚冷諸般淋瀝婦人經脉不調臍腹疼痛脇背膨脹黄瘦面肌口苦舌乾嘔逆惡心飲食無味四肢倦怠神鬼驚悸夜多盜汗時發潮熱月事或多或少或前或後心中悶塞不通結成瘕塊時作刺痛或子宫積冷氣毒虚敗赤白帶下漸成虚瘵並皆治之此藥方互相製服其和暖香甘能追百病常服補脾養丹田和氣血壯筋骨益精髓身體輕健明眼目安五臓定魂

䐢潤肌膚返老還童延年益壽其功不可盡述

當歸去蘆　人參去蘆　白茯苓去皮　草烏去皮

烏藥　杏仁去皮尖　何首烏去皮　川椒去目

川烏去皮尖　五加皮　肉蓯蓉去皮尖　枸杞子

砂仁已上各五錢淨　木香　牛膝去蘆　枳殼去皮尖

乾薑火炮　虎骨酥炙黃色　川芎　香附子炒去毛

香白芷　厚朴薑汁浸　陳皮去白　白朮炒

獨活　羌活　麻黃去節　官桂去皮

白芍藥　半夏薑汁浸　生地　熟地
天麥門冬去心　五味子　防風　細辛揀淨醋酒洗去蘆
沉香　蒼朮米泔浸去皮　小茴香鹽炒黃已上各三錢
破故紙酒浸微炒　核桃仁湯浸去皮　甘草火炙三味各一兩淨　紅棗肉
酥油二味各半斤　白沙糖一斤
右將前藥用細絹袋盛之用燒酒一大罈浸藥三日放在大鍋内用湯浸罈煮兩個時辰取起掘一坑埋三日出火毒取出每日用酒一小鍾病在上食後服病在下空

心服飲酒畢後将藥查晒乾碾為細末用好花燒酒打糊為丸如梧桐子大每服三十五丸空心好酒下

羅真人延壽丹

治男子五勞七傷諸虛不足陰痿氣弱無力心腎不交精神欠爽小便頻數腰膝疼痛婦人赤白帯下起居倦脚冷麻痺不能久立腎氣不和臍腹疼痛經水愆期無孕嘗服此藥陰陽升降無偏充實肌膚填精補髓精神倍長强壯筋骨悦顏色固真氣和百脉正三焦烏鬚髮

堅齒牙耳目聰明老能輕健斯藥之效何可盡述服至五日體自輕健至十日精神倍爽半月之後氣力壯勇二十四日後眼目清朗語音響亮一月之餘飲食大進顏色紅潤步履輕健冬月手足常煖此藥不熱不燥老幼並皆可服乃仙方也慎勿輕傳

乾山藥一兩去皮　人參一兩去蘆　白茯苓一兩去皮

川牛膝一兩酒浸　杜仲一兩薑製去絲　龍骨一兩

川續斷一兩去蘆　鹿茸一兩　當歸一兩酒浸洗

山藥苗一兩　北五味一兩　熟地黃一兩酒浸

石菖蒲一兩　楮實子一兩去根　破故紙一兩炒

麥門冬一兩去心　遼枸杞五錢

如下元虛冷加鹿茸五錢　附子五錢

右為極細末擇天氣晴和揀選好日以酒糊為丸如梧桐子大每服五十丸或六七十丸淡淡鹽湯送下修合之日須忌婦人雞犬之類日進二服亦可大有功效也

草還丹　補益

夫草還丹者不用金石不加燥熱不傷五臟只係草藥為用全在製度之妙將水火無窮之術奪丹砂燒煉之功大壯脾胃進美飲食蓋脾屬中央之土乃五臟之主當先調養五臟俱虛百病由此而生此藥益精髓固元陽輕腰膝安五臟通九竅令人耳目聰明有一老人年七十之上服此藥悅顏色烏鬚髮固齒牙夜能書細字延年益壽乃仙家之良劑平補大有神效

蒼朮　四兩用酒醋米泔水鹽各浸一兩

茴香一兩新者 破故紙一兩酒浸一宿 川練子一兩

木香 牛膝 葫蘆芭 地龍 山藥

枸杞 茯苓 川山甲各一兩

右件晒乾為細末好酒糊為丸如桐子大每服三十五丸溫酒送下鹽湯亦可空心服以乾物壓之使力行百步日進二服

草靈丹

此藥延年益壽添精補髓烏鬚髮固齒牙強筋骨壯氣

血返老還童冬月服之手心與腮面如噀血行步輕飛七十老人誠心服餌健若少年别有奇功不能盡述服之一月乃見其效如要試驗拌飯與白犬食之一月變成黑犬此其驗也老人服至十日使不夜起服藥者不可頼此頻行房事忌黑羊肉鵓鴿桃李果子恐減藥力保而慎之不熱不燥亦無飛走金石藥味過一月耳目聰明髮白再黑不可輕忽

真川椒四兩去目炒出汗　白茯苓二兩去皮炒　川烏一兩去皮臍

茴香二兩鹽炒　蒼朮四兩酒浸焙乾　甘草二兩粉去皮炙

熟地三兩酒浸　山藥二兩

右為細末煉蜜為丸如桐子大每服三十丸至四五十丸空心溫酒下以乾物壓之

固真丹同上方加首經一次鹿跑草一兩

回陽無價至寶丹

用川練子取肉二兩　川牛膝一兩　熟地　蛇床子

川山甲　肉蓯蓉　茯神　巴戟

五味子各一兩 乳香三錢 鹿茸 沉檀香

仙靈皮 甘草各五錢 人參一兩 破故紙五錢

大茴香一兩 澤瀉一兩 烏藥二兩 兎絲子五錢

鳳眼草二錢 檳榔一兩 葫蘆巴 蓮心各五錢

右為細末煉蜜為丸如梧桐子大每服三十丸空心好酒下治五勞七傷四肢無力下元虛冷夜夢遺精陽痿等症

神仙紫霞盃

昔宋英宗皇帝朝暮思想懇禱祝告上蒼願祈降子忽一日有一道者身穿草衣頭挽雙髻腰懸藥葫蘆攜一水火籃手執龍虎首拄杖偶至玉階羣臣云這道人不知從何入朝衝入金門奏道吾乃蓬萊到此因陛下祈子懇切貧道聞知奏奉蟠桃延年益壽九轉紫霞盃乞陛下允納帝曰此酒此盃是何仙術從何而至道云此是純陽真人曾慶蟠桃會賀王母仙酒盃陛下飲服帝曰有何益于朕道曰但令宮妃有子帝聞甚喜着光祿

寺筵宴奉賞道曰道人不用筵賞傳下酒杯法化一道青光灼然而去帝稽首叩謝故得子之多

偈曰

蓬萊仙賜紫霞杯　九轉靈丹藥更奇
萬病盡消身體健　還童返老似嬰兒

用硫黃八兩　雄黃五錢　乳香三錢　没藥三錢
辰砂五錢　血結二錢　沉香二錢　麝香三錢
檀香三錢　降香一兩　牙香二兩　芽香一兩

人參一兩　附子五錢　川烏二兩　川芎四兩

當歸五兩　肉桂四錢　破故紙二錢　肉蓯蓉三兩

黃精八兩　白芷三錢　枸杞一兩　芍藥五錢

右㕮咀入油煎先用油一斤浸諸藥三二日熬煎藥焦黑色濾去查再復油鍋化溶硫黃再傾出上面清油卻將鍋底硫黃傾入水盆內洗去泥土砂石仍將原油化硫黃週而復始三次又傾出上面油存黃另傾出秤每硫黃一兩用銅杓化開入前麝香末三分攪勻先以小

酒盃一個用紙封口緊中開一孔將化開硫黃藥傾入酒盃内一湯做酒盃一個如此傾做數個冷定酌酒做法如澆膋糖相似

沉香内補丸

能除百病補諸虚健脾胃進飲食添精補髓延年益壽服之年餘身輕體健婦人服之尤妙

沉香五錢 廣木香五錢 乳香 没藥各三錢

人參五錢 母丁香三錢 海馬一對酥炙 石燕一對燒紅醋浸

鹿茸五錢酥炙　仙靈皮五錢酥炙　韭子五錢　八角茴香五錢

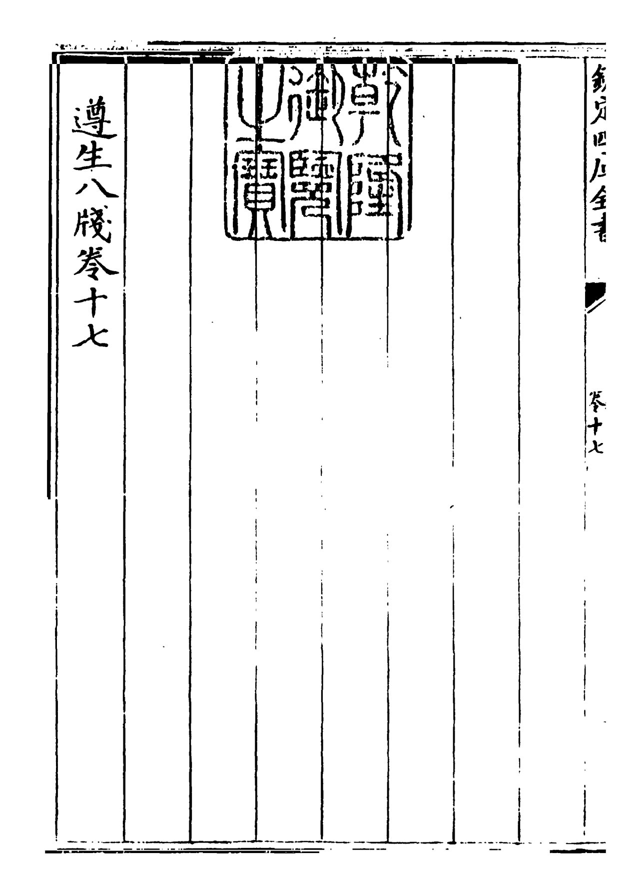
木通一兩炒　穿山甲五錢灰炒　小茴香一兩炒黃　甘菊花五錢監炒

川練子酒浸一宿去皮核一兩　蛇床子一兩　白茯苓一兩

大附子一個炮去皮　川椒一兩去目　枸杞一兩

麝香少許　丁香五錢　葫蘆巴入羊腸内酒煮一兩

右為細末酒糊丸如梧桐子大每服三十丸空心温酒下仍以乾物壓之忌生冷腐粉魚腥諸血四十九日又洗藥用紫梢花松節皮硝三味煎水每日温洗之



遵生八牋卷十七